

Rote Bete-Spaghetti mit Mozzarella und Basilikum

Zutaten | 2 Portionen

2 große	rote Bete, vakuumiert
2	Mozzarella
eine Handvoll	Basilikum
Für die Vinaigrette	
2 EL	Olivenöl
4 EL	Weißweinessig
1 kleine	Schalotte
1	Knoblauchzehe, gepresst
	Salz, Pfeffer

Zubereitungszeit: 15 Min.

Zubereitung:

- Die Rote Bete mit einem Spiralschneider zu langen Spaghettifäden schneiden.
- Mozzarella klein schneiden bzw. zupfen.
- Für die Vinaigrette die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden.
- Öl und Essig zusammen mit dem gepressten Knoblauch und der fein gewürfelten Schalotte in einer Schüssel verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Die rote Betefäden auf die Mitte eines Tellers setzen, den Mozzarella drüber geben, mit der Vinaigrette beträufeln. Den frisch gezupften Basilikum dekorativ verteilen.

Tipp:

Wer keinen Spiralschneider hat, kann die rote Beete auch in hauchdünne Scheiben schneiden und richtet diese Vorspeise als Carpaccio an, dafür den Mozzarella ebenfalls in Scheiben schneiden.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 321 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
490 kcal	36,5 g	14,5 g	24,1 g	513 mg